

PROGRAMA

RECORRIDO 5 · SALUD MENTAL APLICADA

Trauma Psicológico, Disociación y Estabilización

16 clases · 4 meses

Módulo 1 · Trauma psicológico y lectura clínica de escenas graves

Objetivo del módulo. Diferenciar trauma, crisis, urgencia, desorganización subjetiva y tipos de trauma para leer escenas graves y definir intervenciones acordes al estado de la persona.

Clase 1 · Trauma psicológico, crisis y pérdida de estabilidad

Temas centrales: Trauma como experiencia que desorganiza. Evento traumático versus experiencia traumática. Crisis emocional y crisis psicológica. Pérdida de estabilidad. Desborde, bloqueo, desconexión y riesgo. Límites entre contención, estabilización, acompañamiento e intervención clínica especializada.

Clase 2 · Sistema nervioso en amenaza: hiperalerta, bloqueo y colapso

Temas centrales: Sistema nervioso autónomo. Respuestas de lucha, huida, congelamiento y colapso. Hiperalerta, irritabilidad, pánico, desconexión, apatía y bloqueo. Ventana de tolerancia. Conexión social y seguridad.

Clase 3 · Trauma de shock, trauma del desarrollo y trauma acumulativo

Temas centrales: Trauma de shock. Trauma del desarrollo. Trauma acumulativo. Trauma relacional. Trauma temprano. Trauma secundario. Repetición, hipervigilancia, desconfianza, retraimiento y dificultad para confiar.

Clase 4 · Apego, vínculo y seguridad en personas traumatizadas

Temas centrales: Apego y trauma. Seguridad vincular. Miedo al abandono. Dependencia intensa. Rechazo, evitación y control. Hipervigilancia vincular. Límites, confianza y previsibilidad.

Módulo 2 · Intervención en desregulación, disociación y desconexión

Objetivo del módulo. Aplicar herramientas de estabilización, co-regulación y orientación al presente ante desborde, bloqueo, desconexión o disociación, evitando intervenciones que puedan agravar la escena.

Clase 5 · Desregulación emocional grave: escalada, desborde y pérdida de control

Temas centrales: Escalada emocional. Señales tempranas. Factores disparadores. Desborde, impulsividad, llanto incontenible, irritabilidad, miedo intenso y crisis reiteradas. Diferencia entre expresión emocional e incremento de riesgo.

Clase 6 · Disociación, congelamiento y desconexión

Temas centrales: Disociación. Despersonalización. Desrealización. Mirada perdida. Confusión. Automatismos. Ausencia emocional. Congelamiento. Desconexión corporal. Señales de gravedad.

Clase 7 · Estabilización emocional: recursos para volver al presente

Temas centrales: Estabilización emocional. Co-regulación. Orientación temporal y espacial. Anclajes corporales. Respiración no invasiva. Recursos sensoriales. Movimiento regulador. Seguridad y elección.

Clase 8 · Intervenciones que dañan: errores frecuentes en trauma y crisis

Temas centrales: Iatrogenia en trauma. Forzar relatos. Minimizar. Dramatizar. Interpretar a destiempo. Confrontar defensas. Prometer confidencialidad absoluta. Usar técnicas expresivas sin estabilización. Sobreexposición emocional.

Módulo 3 · Crisis, riesgo y estabilización sostenida

Objetivo del módulo. Intervenir ante crisis psicológicas, riesgo suicida o autolesivo y pérdida de control, integrando primeros cuidados, evaluación de gravedad, plan de seguridad y activación de red.

Clase 9 · Crisis psicológica: cómo decidir qué hacer

Temas centrales: Crisis leve, moderada y grave. Urgencia y emergencia. Necesidades básicas. Amenaza, vulnerabilidad y recursos. Pérdida de control. Red disponible. Indicadores de riesgo.

Clase 10 · Primeros cuidados psicológicos aplicados al trauma

Temas centrales: Observar, escuchar y conectar. Contacto psicológico. Empatía. Validación. Necesidades inmediatas. Información clara. Seguridad. Primeras respuestas ante desorganización emocional.

Clase 11 · Autolesiones, ideación suicida y señales de riesgo

Temas centrales: Ideación suicida. Desesperanza. Aislamiento. Despedidas. Acceso a medios. Autolesiones. Consumos problemáticos como factor de riesgo. Antecedentes. Factores protectores. Señales de alarma.

Clase 12 · Plan de seguridad y estabilización después de la crisis

Temas centrales: Plan de seguridad. Red de apoyo. Señales tempranas. Acuerdos mínimos de cuidado. Registro. Consentimiento. Comunicación con referentes. Límites del rol. Continuidad de cuidados.

Módulo 4 · Intervención aplicada en escenas complejas

Objetivo del módulo. Integrar herramientas para intervenir en escenas donde se combinan trauma, disociación, riesgo, red insuficiente, dinámicas familiares complejas y alto impacto emocional en quien acompaña.

Clase 13 · Trauma familiar, social e intergeneracional

Temas centrales: Trama familiar. Trauma intergeneracional. Trauma social. Vergüenza, secreto y culpa. Familias que minimizan. Familias invasivas. Familias expulsivas. Red insuficiente.

Clase 14 · Recursos corporales, expresivos y narrativos con criterio de fase

Temas centrales: Fases de intervención: estabilización, expresión e integración. Recursos corporales, visuales, narrativos y expresivos. Dibujo, escritura, objetos, movimiento, imágenes y visualizaciones breves. Criterio de fase.

Clase 15 · Trauma vicario, sobreimplicación y cuidado del acompañante

Temas centrales: Trauma secundario. Trauma vicario. Fatiga por compasión. Sobreimplicación. Rescate. Culpa. Desgaste. Supervisión. Límites del acompañante. Cuidado posterior a escenas críticas.

Clase 16 · Caso integrador: trauma, disociación, riesgo y red insuficiente

Temas centrales: Lectura integral de la escena. Trauma psicológico. Disociación. Desregulación. Riesgo autolesivo o suicida. Red insuficiente. Plan de seguridad. Registro. Derivación responsable según rol.